24.005 Šalát hlávkový s reďkovkou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg , l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
šalát hlávkový	1,60	1,44	3,30	2,90	3,30	2,90	5,50	4,95
reďkovka	0,60	0,48	1,40	1,12	1,40	1,12	2,00	1,60
cukor kryštálový	0,20	0,20	0,35	0,35	0,35	0,35	0,50	0,50
ocot	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
voda	1,50	1,50	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00
hmotnosť porcie v g	35		50		50		80	

Receptúra

Výrobný postup

Šalát rozoberieme na listy, ktoré umyjeme pod tečúcou vodou a pokrájame ich. Reďkovku očistíme, pokrájame na tenké plátky a pridáme k šalátu. Zalejeme nálevom z vody, cukru, octu a soli a zľahka premiešame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	54	13	0,24	0,0	0,0	2,6	0,4	10,7	0,2	0,028	0,0	0,0	3,0	0,0
B	101	24	0,51	0,1	0,0	4,8	0,9	21,5	0,5	0,057	0,0	0,0	6,4	0,0
C	101	24	0,51	0,1	0,0	4,8	0,9	21,5	0,5	0,057	0,0	0,0	6,4	0,0
D	152	36	0,83	0,1	0,0	7,1	1,4	34,8	0,8	0,098	0,0	0,0	10,1	0,0